New Japan Book On Plant Foods Aims To Rescue The Hungry World

By TOHIO KOJIMA

TOKYO. — A 90-year-old Japanese professor has produced what he believes is the world's most comprehensive encyclopedia on edible plants.

He hopes it will bring some relief to millions of the world's starving by providing a complete list of plants and their uses as food.

The book by Dr. Chozaburo Tanaka, professor emeritus and doctor of agriculture at Osaka Prefectural University in western Japan, is published in English by Tokyo's Keigaku Publishing Co.

The 924-page work, covering 10,000 species of plants from all over the world, is entitled Tanaka's Cyclopedia of Edible Plants to rescue the hungry people in the world," he says in his preface.

"The population of the world is bursting. In year 2000 it is estimated that it will exceed seven billion. It is important to breed more productive crops, however, we should also popularize the knowledge of edible plants."

The book gives the uses of individual plants and their edible portions and where they are found.

Dr. Tanaka, a specialist in citrus species, graduated from Tokyo Imperial University in 1907 and served with the department of agriculture in the United States for five years from 1915.

His work in the citrus field, including a new system of citrus classification, brought him an honorary fellowship in Britain's Royal Horticultural Society in 1930 and a doctorate of laws from the University of California in 1955.

In an editor's note, Dr. Sasuko Nakao of Osaka Prefectural University says Dr. Tanaka has many times witnessed hunger-stricken people in various corners of Asia.

"These people were living in a luxuriantly high plant environment and yet they were starving," he writes.

Dr. Nakao assisted Dr. Tanaka's 49-year-old son, Toyosaburo, over a 10-year period.

The plants listed in Dr. Tanakas book include:

- Starch resources, such as grains, pulses, tubers and the stems of certain kinds of palms;
- Fruits and vegetables, including algae and fungi;
- Spices and condiments;
- Plants yielding oil for edible purposes;
- Food coloring plants;
- Plants for beverages, such as teas and coffee;
- Plants used for producing alcohol;
- Yeast, moulds and bacteria used in fermentation.

The New Canadian

An Independent Organ for Canadians of Japanese Origin

Vol. 40 — 53 TUESDAY, JULY 6, 1976 Toronto, Ont.

Michi Weglyn Nominated For Nisei Of The Biennium Award

NEW YORK. — Michi Nishiura Weglyn, author of Years of Infamy: The Untold Story of America's Concentration Camps, has been nominated by the JACL's New York Chapter as the Japanese American of the Biennium to be awarded at the National Convention, June 21-26, in Sacramento.

Since the publication this year of Years of Infamy, rave reviews continue to pour in. John Hess of The New York Times has described that book as ". . . an extraordinary history which no American who loves his country should ignore." Kirkus Reviews credits it as "certainly the most thoroughly documented account of World War II Japanese-American internment yet to appear." Noel Frodsham of the Fresno Bee states that "this is the first book to expose fully the bitter truth behind what has been called the single worst violation of civil rights in our history — how and why 110,000 Japanese Americans were routed from their homes under the guise that they were a threat to national security." Edwin O. Reischauer wrote in the Saturday Review that "the seamy side . . . also needs to be told, and this Michi Weglyn has done with greater thoroughness than has ever been achieved before."

While The Los Angeles Times' reviewer Robert Kirsch's assessment is that "Michi Weglyn does not write out of a vindictive spirit," the Chicago Tribune claims that YOI is written "at white heat." The Tribune's recently-retired editorial page editor, George Morgenstern, commends YOI as "a heartbreaking chronicle of man's inhumanity to man . . . should win a Pulitzer." Lance Gay, in The Washington Star, concludes: "For this country of ethnic minorities, there's a message here and Weglyn brings it home in clear, well-documented research."

Born in Stockton, Calif., Michi Weglyn spent most of her adolescent years in Brentwood, Calif., before being interned as a teenager in the Gila Relocation Center, Arizona. Her parents now live in Los Angeles.

Suicide Note Left To Only Friend Television Set

TOKYO. — A 73-year old woman, isolated from her family for years, killed herself and left her lone farewell note addressed to her "only friend," an ancient television set, police reported recently.

"I bid you a long goodbye, my dear television set. You have been my only friend to talk with for years," read the note by Shizu Kiyoiye, police said.

Her death, caused by an open gas jet, occurred in Nara in western Japan.

Drunken Blossom Viewer Falls Into Hippo Pool

BEPPU. — A cherry blossom viewer was found recently shouting for help as he struggled in a hippopotamous pool in a tree-studded zoo park where he had been appreciating the flowers with friends, sipping sake (rice wine).

Hideyuki Sato, 32, of this southern city, was apparently drunk recently and jumped into the pool shared by two hippopotamuses.

He must have remained in a state of stupor until nightfall when he awoke to this predicament, police said.

Authorities said Sato's friends had left the park after he wandered off from the cherry blossom viewing party — a traditional spring pasttime of sitting under the trees and drinking.

Japan Lockheed Bribes Are Traced To Swiss Bank Accounts Of Top Officials

TOKYO. — A Japanese weekly magazine says it investigator uncovered and verified the existence of secret numbered Swiss bank accounts in the names of three high-ranking Japanese government officials allegedly involved in the Lockheed payoffs scandal.

"The money to open these accounts has been traced to the Lockheed Corp.," said Shukan Bunshun, which recently reported it had obtained the names of six high-ranking Japanese officials who allegedly received a total of $605,000 in bribes from Lockheed.

It said the names were obtained from an American private investigator identified only as "Mr. X," who claimed to be a former agent of the Central Intelligence Agency (CIA). He is conducting his own investigation of the Lockheed scandal, the magazine said.

"Mr. X" flew to Switzerland to continue his investigation last month. His report said, "in the truest sense, the Lockheed payoffs have now become Japan's sequel to the American Watergate scandal," the magazine reported.

The secret numbered accounts were opened for the three officials at Societe de Banque Suisse in the fall of 1972, the magazine said. The officials were identified by the magazine only by letters — "H," "S" and "T".

The first two were among the six men identified by letter initial recently, the article said. The third letter "T" is a new one, it added.

Recently the magazine said "S" received $50,000, "K" $125,000, "$210,000, and "H" $111,000.

Youth Involved In Hirohito Visit Incident Now Held On Bomb Charge

SAN DIEGO. — A young man held by police during Emperor Hirohito's visit here last year has been convinced of placing a pipe bomb under a car.

Vincent Broesch, 19, of San Diego was found guilty recently in Superior Court of illegally possessing explosive devices. Judge Raul Rosado ordered a psychiatric examination for Broesch and ordered him held without bail until sentencing.

Broesch had been accused of placing a pipe bomb under the car of his high school vice principal, James Finch. Two cars were damaged by the explosion that resulted, but Finch was not harmed.

Broesch was held for questioning by the Secret Service last November after he was found near the Emperor's motorcade with .22-caliber ammunition in his pockets. A rifle with a telescopic sight was also found in his car, but he was released without being charged after a few hours.

Fish Seen As Saviour To World Economy

By NAOKI USUI

TOKYO. — Fish cultivation will provide the world not only with the animal protein it needs badly but also with thousands of jobs and foreign currency for developing nations, a United Nations specialist says.

But such fish farming is available only when governments puts top priority on such ventures which are vulnerable to industrial wastes, especially chemical pollutants, said Dr. T.V.R. Pillay of India, a fish cultivation director of the United Nation.

The director of an aquaculture program of the Food and Agriculture Organization (FAO) of the world body made the comment recently in an interview after the eight-day second technical conference on the subject wound up in Kyoto.

"We believe the worldwide meeting was successful, although there are some problems to overcome," said the scientist, concerning the conclave attended by

(Cont. on P. 2)

Nagasaki N-Toll May Be 90,000

HIROSHIMA. — A Hiroshima University professor has estimated the death toll of the atomic bombing in Nagasaki at about 90,000.

Minoru Yuzaki, an associate professor at Hiroshima University's Atomic Bomb Disaster Academic Data Center, said recently he made the estimate on the basis of stochastics.

Nisei Wins Local B.C. Golf Tourney

MISSION, B.C. — Fred Kato of Pitt Meadows recently captured the Mission Amateur golf championship with his second par 71 to win by three strokes.

Kato, who had equalled the course record of 67 in practice recently, added the zone championship to his earlier victory in Hope's annual Coquihalla tourney.

Fish. . .

(Cont. from Page One)

nerly 500 from 46 nations.

The meeting in its point declaration, said mankind can double the present fish farming harvest of six million tons a year in a decade, and get a five-fold harvest in 30 years "if adequate support is provided."

To achieve this goal, the conference recommended improvement in research, training of experts, well organized information systems as well as massive investment through international financing agencies including the World Bank.

"A lot of developing nations stress industrialization as soon as possible," Pillay said. "But by promoting fish farming, rural residents can obtain job opportunities without concentrating in urban areas."

If managed skillfully, a fish farmer can boost harvests three-fold and get correspondingly larger profits, he said.

"In certain parts of India, we have improved carp harvest from 600 kilograms a hectare to 8500 kilograms," he said. "And we can feed sewage and other organic wastes to fish."

The only problem is chemical pollutants dumped by industries, the conferees believe. "They can kill fish easily. That's why we stress strong government initiatives to coordinate fish farming and industrialization," one scientist said.

The world's fish cultivation harvest today is estimated at six million tons a year, or 10 per cent of total fish haul. The harvest has grown about 20 per cent since 1963, Pillay said.

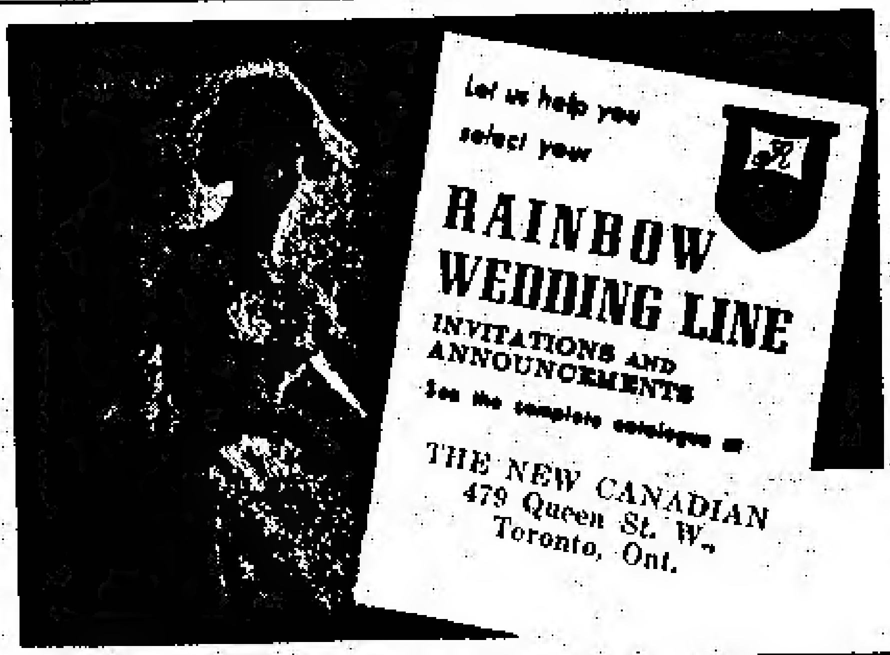
OPPORTUNITY

We are looking for a person with intelligence, speaks English well, is neat and hardworking.

We are a leading manufacturer of ladies fashion and we need a person for shipping, quality control and management.

We will train if necessary. Excellent future and opportunity for advancement.

LONY G LEATHER FASHIONS
460 RICHMOND STREET WEST, TORONTO



BOOKS OF INTEREST TO JAPANESE CANADIANS

A CHILD IN PRISON CAMP
By SHIZUYE TAKASHIMA
$8.00 POSTAGE INCLUDED

THE JAPANESE AND THE JEWS
BY ISAIAH BEN-DASAN
$7.50 POSTAGE INCLUDED

A CHOICE OF DREAMS
By JOY KOGAWA
$3.25 POSTAGE INCLUDED

"EXODUS OF JAPANESE"
By Janice Paton
A Pictorial narrative of The Japanese Canadian Evacuation during World War II.
$2.00 postage included

STELLA ITO'S "SUKIYAKI"
'Over 60 favorite recipes'
$1.65 postage included

THE NEW CANADIAN PUBLISHER

479 Queen Street West, Toronto, Ont. M5V 2A9

Clocks. . .

Toki-no-Kinenbi

By LEWIS BUSH

In the tenth year of the reign of Tenchi Tenno — 671 A.D. — the water clock, introduced from China, was installed at the Imperial Palace where it was maintained under the supervision of a court official until the Heian Period.

To commemorate this time-keeping event, Toki-no-Kinenbi — Time Day — was first observed on June 10, 1920, which corresponds with April 25 of the lunar calendar, when the water clock was installed in the 7th Century.

Modern clocks were introduced by the Portuguese in 1551, and within 50 years clockmakers were established, particularly in Kyushu in the domains of the Christian daimyo. Later, clockmasters set up business in Kyoto and Osaka, and many of their clocks may be seen still in working order in various museums.

But the founder of the Japanese clockmaking industry is said to have been Tsuda Sukezaemon Masayuki. The clocks of those days were, of course, designed for the Japanese hour system, the faces bearing the characters for the hours of the Rat, Ox, Tiger, etc., and featured by artistic designs in which various precious metals, mother-of-pearl, etc., were employed.

One of the most intriguing of the old clocks is the "mannen jimeisho" — perpetual automatic clock — made by Tanaka Hisashige in 1851. Combining the highest European and Japanese techniques, it operated for 400 days without winding. This clock has six faces to show the old Japanese system and the Western time, days of the week, seasons, state of the moon, etc.

The Tempo Era (1830-1842) saw the greatest advance in this industry. Watches were made to fit the "inro" — the small medicine box which was fastened to the obi — and when the Western pocket watch, which could be nestled comfortably into the obi, was introduced, it was called "obitokei."

With the opening of the country to trade and intercourse with the world at large in the 19th Century, timepieces of practical Western design were introduced, and there were tremendous developments in the domestic industry. Today Japanese watches, clocks, and precision instruments used in international sporting events, including the Olympic Games, are among the most important exports to all parts of the world where they compete with the finest of Switzerland, the U.S. and other long-established watchmaking countries.

Survey Says Young Jpnz. Workers Rise Weary & Waste Time Chatting

TOKYO. — An average salaried worker rises at 7 a.m., leaves home at 8, spends one hour in commuting to work and goes to bed at midnight every day, a survey by a leading watchmaker shows.

Citizen Watch Co. polled 500 wage earners aged from 20 to 50 in Tokyo and Osaka areas from May 10 to 20 in the survey geared to Time Day recently.

A quarter of those polled said they waste about half an hour during their working hours in chats with fellow workers.

Those in their 20s were listed as No. 1 chatterboxes — 31 per cent of them waste an average of 30 minutes. The percentage drops to only 9 per cent among people in their 40s, indicating the age group retains the Japanese tradition of industriousness.

Twenty-eight per cent of the 20-29 age group get up every morning with a feeling of weariness thinking of the day's treadmill.

The rate dips gradually to 19 per cent for the 30-39 group and 4 per cent for those in their 40s.

About 15 per cent feel weary when going to work, all through the age groups.

But when it comes to the time to leave for home, only 18.9 per cent of those in their 20s feel weary as contrasted with 27 per cent of the people in their 40s.

Middle-aged workers spend less time for conversation with their wives but more time on TV and newspapers.

A quarter of those polled said they talk with their wives about an hour daily — 32 per cent in the 20-29 age group but 27 per cent in the 30-39 group, according to the survey.

Does Stunt Flying To Impress Girl

By KAY TATEISHI

TOKYO. — A 31-year old company pilot who wanted to catch the eye of his girl friend by conducting low altitude acrobatic flying, was arrested recently on charges of violating the aviation law.

Katsutoshi Nagasawa, a pilot for Kawasaki Aircraft Co., was immediately referred to the prosecutors office.

Authorities said Nagasawa made the flights, described as "dangerous" by experts, on April 27, flying over a western Tokyo residential area. He flew as low as 90 to 120 feet above ground, authorities said.

On several occasions, Nagasawa was alleged to have "almost grazed utility poles and cables," they added.

Several residents, frightened and outraged by the craft, recorded the number on its fuselage and reported the incident to the police.

After his arrest, Nagasawa was quoted as saying that he wanted to "show off in front of his girl friend who lived nearby.'

The New Canadian

A member of Ethnic Press Association of Ontario
Second Class mail
No. D-0366

T. UMEZUKI Publisher
K. C. TSUMURA
English Section Editor
KEN MORI
Japanese Section Editor

SUBSCRIPTION
$9.00 for Six Months
$14.00 for a Year

PUBLISHED ON EVERY TUESDAY AND FRIDAY

479 QUEEN ST. WEST
Toronto, Ont. M5V-2A9
366-5205

CLASSIFIED

Business Personal

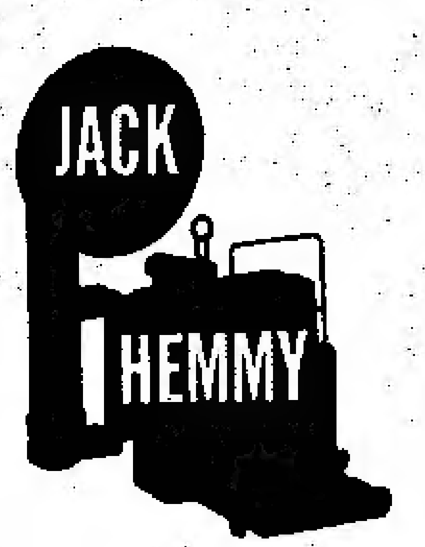
A YOUNG Japanese American couple with 2 children (L.A.) requires Olympic accommodation for the week of July 26 to 31st. Please phone collect, care of Mr. F. Hori (416) 291-7321 (Toronto).

PERSONAL

MARILYN IKEDA: Who and where are you? I'd like to meet you. Please contact me at 757-8628 (Toronto).

788 Danforth Ave.,
Toronto
Phone Store 463-3426
Home 489-0298
Japanese Food
Delivery Evenings and Saturdays

Will it keep beating?
It depends on YOU
Be a RED CROSS Blood Donor



PHONE
621-6067

TORONTO JAPANESE GOSPEL CHURCH
St. John's Presbyterian, Broadview at Simpson Ave.
SERVICES:
Sunday: Sunday School and Worship Services 2:00 P.M.
Tuesday: Prayer and Study Fellowship 8:00 P.M.
Friday: Young Peoples Christian Fellowship 8:00 P.M.
Phone Contact: Mr. S. Takata [illegible], Mr. H. Yoshida [illegible].

TORONTO BUDDHIST CHURCH
JULY 11, 1976
Rev. Fumimaro Watanabe
2:00 P.M. Japanese Service
Rev. Fumimaro Watanabe
O-BON
918 Bathurst St.
Telephone 534-4302

SEICHO-NO-IE
TRUTH OF LIFE CHURCH
English Service & Sunday School
on Sundays at 10:30 a.m.
666 Victoria Park Ave., At Danforth
Toronto, Ont. (No Service in August)

When Buying Or Selling A Home
Call KEN HORI
K. HORI REAL ESTATE
MEMBER OF TORONTO REAL ESTATE BOARD
14 Perivale Cres Phone: 431-9191
Scarborough, Ontario

REAL ESTATE CONSULTANT
SELLING AND BUYING OF HOMES
ARRANGING AND SELLING OF MORTGAGES
PLEASE CALL MITS KURODA
G. MANSI REAL ESTATE
Member of Toronto Real Estate Board and Photo MLS Service
2627 EGLINTON AVE. E. 267-1179 Res. 261-2581

Japan's Specialty Shop
Authentic Oriental Gifts
Kimonos & Accessories
Noritake China
463 Eglinton Ave.W.
phone 489-8611

DANFORTH SPORTING GOODS
FISHING TACKLE & WORMS
1202 DANFORTH AVE
At Greenwood.
George [illegible]
463-[illegible]
OPEN FRI. UNTIL 9 P.M.

Takara Jewellers
"EAR PIERCING"
By Appointment
Mon. — Friday 9—6, Sat. 9—1.
21 Dundas Sq. Toronto, Suite 1204, Phone 363-0952
Eve. By Appointment
Art Watanabe

The New Canadian
479 QUEEN ST. WEST, TORONTO, ONT. M5V 2A9
Please find enclosed $.................. for which
● Renew my subscription.
● Enter my new subscription for ..... year/months
$9.00 for 6 Months $14.00 per year
NAME (MR. MRS. MISS) ____________
ADDRESS ____________
CITY ____________ PROV. ____________
POSTAL CODE ____________

The Buddhist "Cover-up"

By JAMES IWATA

When we hear the term "cover-up", we generally associate it with the national disgrace of the Watergate scandal and the subsequent resignation of Richard Nixon. To add insult to injury, the President and his White House staff went even further in an attempt to cover up the cover-up. Nixon's hand-picked predecessor, Gerald Ford, then proceeded to "pardon" Richard Nixon as soon as he was sworn in as president, thus eliminating the possibility of a public trial to expose the cover-up. To this day, the true facts remain unknown to the people.

In the midst of economic recession, unemployment and inflation, our nation is faced with cover-up after cover-up. The cover-up of energy resources and prices of gasoline and oil; beef and meat cover-ups; agribusiness, monopoly cover-ups; industrial and commercialized cover-ups; health, food, medicine and safety cover-ups, etc. etc. The old saying of "you have to cheat the public to make money" can be the slogan among much of the business and political establishment of today.

We may wonder, how does Jodo Shinshu tie into this cover-up? When we say Jodo Shinshu in this case, it means you and me, the followers of Shinran Shonin's teachings.

Here we are no longer speaking of political, moral or economic cover-up, but from a religious and spiritual standpoint.

It can be seen that many people have acquired more of an intellectual knowledge than a true spiritual awareness — we are brainwashed by reading with too much of an academic, doctrinal and philosophical approach to Buddhism and its teachings.

The fundamental teaching of Shinran Shonin is "Salvation Through Faith" or "Shinjin Wo Motte Hon To Su". But due to language and translation differences, it is apparent that the great majority of us are confusing this with the Occidental Judeo-Christian concept of faith. "Faith" is not the trust or belief in some supreme being; "faith', or "shinjin" means "true and real mind." Man does not possess true and real mind, so it is Amida Buddha who gives it to us. If we are covering up ourselves with "false faith".

Many of us think that we are Buddhist because our parents are Buddhist. But no one is born a Buddhist! So our attachment to the label of Buddhist is the cover-up.

Christ, Socrates, Aristotle and Plato all said, "know thyself." Sakyamuni Buddha and Shinran Shonin expressed it as, "know your true self." One may believe that he knows his true self, or think that this physical body is the self. The majority of people think that the acquired self is he true self.

What is the acquired self? This is built from the acquired characteristics which began in the womb, and extended through the influence of family, education, culture and karmic influences of the society. But this is our borrowed self, and is not the true self. This borrowed self is also called in Buddhism a conventional self, or a superficial self. If we are ignorant to our true self, we are covering up our real self with the acquired self.

We have listened to many sermons in our lifetime. Although we have heard with our ears, we do not know how to hear with our hearts. Therefore, our ear is the cover-up — pretending we have heard.

We recite the Nembutsu during the Sunday morning worships at the temple and at home where there is a family altar. Are we saying Namu Amida Butsu as Buddhist tradition? Or are we reciting the Nembutsu because we are compelled to do so? Or are we pronouncing Amida's Holy Name because the minister and the congregation are reciting? On the other hand, can we consciously or unconsciously call upon the Name while driving to work and school? Can we recite Namu Amida Butsu under all conditions? And at all times? If not, then we are covering up ourselves by using the Nembutsu as a tool.

When we think of good and evil in life, we use a man-made morality in our assessment of "good and evil". So naturally, we place ourselves as being good, and in this case, we are using the man-made morality to cover-up our true selves.

Shinran Shonin experienced the cover-up of himself. He also witnessed to mask "saintliness" of the monks of Nara and Mount Hiei. His true sincerity in his own inner evaluation of his true self made it possible for him to repose in the Great Merciful Compassion of Amida Buddha. I honestly believe that he was one of the few religious giants to openly assess his true self. We should also entertain the same strong conviction if we are to be liberated.

Namu Amida Butsu.

In Toronto's West End
SHITO
Karate Dojo
76 Six Point Rd.
Off Islington Ave.
South of Bloor
PHONE 233-3478

$1000 WEEKLY DRAW
JUNE 23, WINNER
GARNET HILL
AGINCOURT, ONT.
NO 42
●
AUGUST 7th
ONDEKO-ZA
TAIKO ODORI
JAPANESE CANADIAN CULTURAL CENTRE
123 WYNFORD DRIVE
DON MILLS, ONT.

For Best Results
Use New Canadian Ads

It is a good policy to have the RIGHT POLICY
Consult
William Wales Ltd.
Insurance Agents
2 Carlton St. 10th floor
Toronto 2-A, Ont.
Phone 368-4681

Custom Picture Framing
NISHIMURA PICTURE FRAMES
1278 Yonge Street, Toronto 7, Ont.
SOUTH OF WOODLAWN
TOKIO NISHIMURA
PHONE 923-6877

Buy and Sell Your Home Through
TOSH IWAI
MELL REAL ESTATE Ltd.
2008 Lawrence Av. East
Scarboro, Ont.
757-5184

Alna OF TORONTO

• FORMAL RENTALS
Custom Made Suits & Trousers
437 Danforth Ave. Toronto
Tel. 463-8104

TOM'S TELEVISION & RADIO
RCA — ZENITH
SALES & SERVICE
COLOR T.V.
AND
Stereo Components
1955 MIDLAND AVE.
(ORIOLE PLAZA)
SCARBORO Phone 759-15[illegible]
Between Eglinton & Lawrence Ave. East.
Repairs To All Makes

COUNTER INFLATION BY PLANNED MONEY MANAGEMENT
Income Tax Reduction
Retirement Income
Family Protection
Disability Pay Cheques
Mortgage Redemption
College Tuition Fund
MITS TANOUYE
NATIONAL LIFE OF CANADA
522 UNIVERSITY AVE.
SUITE [illegible], TORONTO
PHONE [illegible]

午前十時から夜一時

合計一七四時間も放映

五輪大会の實況プログラム

△カナダ放送協會は先週モントリオール五輪大會のテレビ番組の詳細スケジュールを發表した。それによると合計一七四時間を放映するが、その大部分は實況。とくに土曜と日曜にかけて十二時間放映するはず。

△七月十七日(土)の五輪開會式を中心とする放映時間五時間半。八月一日(日)の閉會式には六時間半を競馬を中心にテレバイズする。普通の日は午前十時から大会のもようを放映し、ひるごろは、それぞれローカルのニュース、夕方と十一時もニュースにあてるほかは毎日午前一時まで五輪大會のテレビを見せる。

△シー・ビー・シーのテレビ・カバレージがこのように大仕掛けとなったのは、今まで全國テレビネットが不完全であったため出來なかったが、現在では全國各地にネットワーク(米加とも)が出來上ったことで可能となったと説明している。初回の競技は十八日午前十時男子米一〇〇競泳と女子体操。

ワシントン見學

ト市日系ガーデン・クラブでは來る九月四日(土)午前九時四五分空港發でワシントンに行き、盆栽見學、市内観光など二泊、六日夜九時歸着の予定。會員の旅費は百三十二弗。一般の参加を歡迎。申込みは岩崎夫人又は田村夫人へ。

酒購入に必要 成年者証明書

オ州の酒類販賣店は州當局から「成年者」である證據物としてドライバー・ライセンスでなく、寫眞入りの年齢證明書を青年に提示するよう指令した。ドライバー・ライセンスやソーシアル・インシュランス・カードなどは容易に借りられるからである。

年齢証明用書式は酒店及びビール店で求められる。パスポート用寫眞と二弗をそえて申込めばよい。すでにこの種カードは一九七三年以來、七千枚以上發給されている。

愛人に会いに來たが

濱田青年、ト市空港で拒否さる

○…東京の出版会社で同僚社員として知り合ったトロントのリサ・スミスさん(二九)といずれ結婚しようという意圖で、濱田政成さん(二八)が米国經由トロント空港に先週末到着したところ、正當なカナダ訪問者の資格がないとして上陸を許されず、スミスさんとちよつぴり会つたきりで任意的に米国にもどることになった。

○…濱田さんは往復テケットも、現金一千二百弗も所持していたが、ト市空港の移民官はどうしても滯在を認めず、一泊した翌日の航空便で米国にもどつた。あまりひどい待遇だと大學付きの辯護士らもアッピールしたがさつぱり効果がなかった。

今井スーザン・エミ子(一六)儀

今井スーザン・エミ子(一六)儀、バンクーバー・ゼネラル病院兒童保健センターで永らく療養中のところ五月二十八日死去致しました事をお知らせ申し上げます。祈禱サービスはリッチモンド葬儀社で行い、告別式は晩市日系合同教会で六月二日、則東及びハウ両牧師により行われ、マウンテンビュー墓地に埋葬致しました際は、多くの方々より深いご同情とご厚志をいただき、有難く厚くお禮申し上げます。

父 牧師今井ゴードン
母
ジョン、ロン、レイ及びキャロール

父 小林順(神奈川縣出身)儀

去る六月二十三日午後五時心臓マヒにて死去いたしました。追って二十六日午後三時よりニューデンバー・セント・スティブン教会堂に於てスティナー牧師司式の下に葬儀を執行、後直ちに同地墓地に埋葬いたしましたことを生前辱知の皆様にお知らせ申し上げます。葬儀の節は遠近より多数の方々のご会葬を頂きご丁重なる弔電、立派なご供花過分なるご懇志を賜わりましたことを遺族並びに親族一同心より有難くお禮申し上げます。末筆ながら父存命中受けました皆様のご厚誼に對し併せて厚くお禮申し上げます。

喪主長男 小林俊彦トム
妻 久美子
女婿 小柳 睦男
長女 貞子ベティ
女婿 小林 茂雄
次女 好子ジーン
女婿 山本 久雄
三女 孝子ヘレン
孫 一同
義弟 天野 貞夫
妹 静江
親族代表 大石 彌太郎
宮江
友人代表 大内 雄
ニューデンバー合同教会
同 協和会

きれいで健康的な水

＝ご家庭にお備え下さい＝

○ミネラル・ウオーターを家庭で作る鑛石
神經痛・高血壓・肩こり・便秘・疲勞回復・つわり・ぜんそく・胃かいよう等に効きます

○家庭用ラジウム温泉器は──
アレルギー性濕疹(ぜんそくを伴う)リュウマチ・痔・ぎつくり腰・水虫等に著しく効き目があります。

INTERMESH
Telephone 783-7335
Fernwood Apts. 615,
145 Marlee Ave, Toronto, Ont.

NEW ORIENT EXPRESS
OF TORONTO LTD. Phone (416) 363-3409

ニュー・オリエント・エキスプレス・社
国際旅行社
James E. Nose, General Manager
45 Richmond St. West, Toronto M5H 1Z2
Telephone 363-3409

○七月二四日發バンクーバー經由日本觀光旅行
○休日、ホリデー旅行
○商用、ご出張
○カナダからの呼び寄せ
○カナダ國内旅行(バス旅行を含む)
○ヨーロッパ、南アメリカ、カリブ海
○ハワイ、メキシコ、フロリダ

便利な旅行保險のとりあつかい お年寄りのお一人旅・お子様づれのお旅立ちもご安心頂けるいろいろの特別便にもご相談に應じております。

旅行のご相談のお問い合わせはお氣軽にご一報下さい。

(シンプソン百貨店隣り、リッチモンド通り)

サンダウン・マーケット 三石商店

無料配達いたします
SANDOWN MARKET
221 Kennedy Road, Scarborough
Tel. 261-7040 — We Deliver

ピクニックのご用意は

JAPANESE FOODS & GIFTS SHOP AT
SANKO

SANKO TRADING CO. LTD OPEN: 7DAYS A WEEK 10A.M. TO 10P.M.
221 SPADINA AVE. TORONTO M5W 2E2 TEL.: 862-1082

Shimizu Shoten Ltd.
349 East Hastings St., Vancouver, B.C. P.O. Box 65569 Vancouver, B.C.
TEL. 689-3471, 689-3472, 685-9413

日本レコード、雑誌及び食料品 **通信販賣**

▲最新流行日本レコード・八トラックテープ、カセット・テープ
□ふるさとの唄 なつかしのメロディ
□演歌、浪曲、童謠、雅樂
□琴と三味線、ヒットソング、邦樂
大量に入荷いたしております。

▲食料品ご案内―○ヤマサ醤油 ○亀甲萬醤油 ○梅扇せんべい ○丸清あられ各種 ○パナマルキ味噌 ○ナショナル電氣釜 ○サッポロ一番 ○サロンパス ○臺所用品 ○實みりん ○カルピス ○娯樂用品 ○日本人形 ○瀬戸物 ○姫印製品 ○冷凍品各種 ○其他食料品 ○雑貨一切

▲月刊誌、週刊誌を特價で予約を承わっております。新しい食料品、レコード、雑誌を當店のメール・オーダーを利用し、安くご入手下さい。ご注文は明瞭なカタログからお選び下さい。カタログはご連絡しだい早速お送りします。

食料雑貨直輸入商 清水商店

＝訪日觀光團＝

出發	歸國
七月九日	七月三〇日
七月一五日	八月一六日
八月三日	九月一日
九月八日	十月六日
九月一六日	十月一八日
九月二一日	十月二〇日
九月二一日	九月二九日
十月五日	十月二七日
十一月五日	十二月五日
十二月一三日	十二月二三日

○呼寄せ觀光團 東京…バンクーバー

東京發	
八月一日	八月六日
八月八日	八月九日

バンクーバー發	
八月一五日	九月二日
八月一七日	九月五日
八月一九日	九月七日
八月二一日	
八月三一日	

本店 タイムスクエア旅行社
672 NO. 3 Road, Richmond, B.C.
Telephone 273-5696

支店 タイムスクエア旅行社
Branch Office 1157 Melville St., Vancouver, B.C. 681-7251
Tel. 681-7251

トロントの中心街
ブロワとヤング街近く
■日本料理一切■
皆さまのご來店をお待ち致しております。
レストラン"富士"
ヤング街七六九番(地下鉄ブロワ驛前)
電話(九二三)七一〇二…三
(裏に駐車場があります)

天氣晴朗なれど (四三)

佐藤愛子

ヒロエの歌が終り、恋の興奮が漸くしずまつた時、玄關にドヤドヤと人の氣配がして、息を切らせた車谷夫人と酒井夫人が穿き物を蹴飛ばして應接間へ上つてきた。

「ああ、おふたかた、恐縮です。早速駈けつけていただいて……」

ヒロエの歌の間、奥へ引つ込んでいた品川夫人が出て来ていつた。

「こちらの方ですの、さつき電話でお話した方は……岡井ヒロエさん……」

「車谷と申します」

「酒井でございます」

二夫人は怪奇な動物でも見るようにヒロエをまじまじと見上げ見下ろして挨拶をした。

「いつか私どもの大会で、体験談を語っていただくという予定の方でいらつしやいますわね？」

車谷夫人がいつた。

「ご主人の浮氣癖に抵抗して敢然と家をお出になったという……」

「私たち、大いに期待しておりましたのですよ」

ヒロエに向つて酒井夫人がいつた。

「頼もしい同志と思いましてねえ」

「ところがですよ、ところが今、いろいろとお話しました結果、私は非常に、非常に残念な、重大な錯誤をこの方が犯していらつしやることを知りましたの」

品川夫人が聲をはり上げた。

「なでしこ会の趣旨を、どうしても理解していただくことが出来ませんの。この方は今懸をしているとおつしやるのよ」

「えつ、コイー」

「あのコイは、コイでございますか？あの、お池のコイではないコイで……」

酒井夫人は 目を 丸くした。

「まあ！ この方が……信じられませんわ」

「いつたい どんな 男性と？」

「お驚きなさいますな。六十八歳のおじいちゃまですよ」

「六十八歳！」

「おばあちゃんと二人で觀光旅行中の質屋のご隠居ですよ！」

いつの間に聞き出したのか、品川夫人は何でも知つている。

「どうですか、皆さん！私は皆さんにおはかりいたします。この迷える仔羊を……（といってから、品川夫人はヒロエのマキシ姿をしげしげと眺め）迷える……中年女性を（といい直した）目覚めさせることから私たちは始めねばならなくなりました。その第一歩として我々は何をすればよいか！この方はご主人への嫉妬を、他の男性との交渉によってまぎらそうとしておられます。これは明らかに自己瞞着ですね」

「勝手なことをいわないで下さい！」

ヒロエは叫んだ。

「私はあの方を愛しています。私の全身全靈を捧げて悔いはありません。あの方は六十八歳にして生れてはじめての戀を味わったとおつしやるのよ。私たちは相思相愛の幸福に酔っているわ。でも幸福になるのが、なぜいけないんです？」

三夫人はざわめいた。

「あ、あ、あなたは、その方のお、奥さんが……」

車谷夫人は興奮のあまりどもった。

「ど、どんな氣持でいるか考えたことがおありですか？ あ、あなたが、ご主人の浮氣の數々を知ったときに味わったような氣持を、その老夫人が味わっているかと思えば、と、とても幸福だなどとはいっていられないはずです！……」

「でもオ……しかたありませんわア……」

ヒロエは小娘のように鼻を鳴らした。

「愛しちやったんですものオ」

三夫人は顔を見合せた。

ヒロエの聲には三夫人のかつて知らぬ喜びと誇りがある。三人は漠然とながらそれを感じたにちがいない。

「ま、何という！」

酒井夫人が低く唸った。しかしその唸りには憤慨と同時に何やら羨望めいた感じも漂っていたのである。

ヒロエは勝ち誇ったようにいった。

「皆さん！ 皆さんも戀をなさいませ！ そうすれば人生觀が変りますわ。戦争中の防空群長みたいなことはいわなくなりますわ！闘争心を捨ててもつと柔和になりましょうよ。男に相手にされないからって、ひがんで怒っていると、ますます相手にされなくなりますわ」

「相手にされないですって！」

品川夫人は怒鳴った。

「相手にされないんじやない！ しないんです しないんですよッ」

夫 **小林勘三郎**（六一才、滋賀縣出身）儀、去る五月二十三日突如腦溢血に襲われ、人事不省のまま市立病院にてあらゆる医藥の効も奏せず遂に六月十一日午前四時半往生いたしました事を生前親しくしていただきました皆様にお知らせ致します。

追って六月十四日晩市佛教会堂に於て小阪、八雲岡田、河村四開教使並びに岡野補教士同音の下に葬儀を營み、翌朝マウンテンビュー墓地で火葬の際は皆様から深いご同情を賜わり、遠近の皆様が多数ご会葬くだされ、その上過分の香典、供花、弔辞、弔電をいただき、ご厚情誠に有難く遺族一同只々感謝感涙にむせび、故人生前中のご厚情を賜わりましたことを併せ紙上にて御厚禮申し上げます。

喪主 妻 小林豊子
6560 Imperial Street, Burnaby, B.C. V5E 1M8

長男 小林ローイ純一
妻 郁子
孫 由美子
（在日本） 妹婿 平居松尾
妹 妻 まき
（加州） 叔母 堀部スエ
義母 矢野松代
義弟 矢野勇
同 山田ローイ久代
同 矢野健次カナ子
（アルバータ） 義妹 杉本加奈雄孝子
義弟 矢野寿レーィ
義妹 山家博美朝子
晩香坡佛教会 同婦人会 同壯年会
晩市日系市民協会 日本語學校維持会
富士ボーリング・クラブ 晩市劍道クラブ
友人代表 唐木三男

花 PHONE 425-2122
夏休み 七月二十五日から八月十日まで
シャロン花屋
942 PAPE AVE., TORONTO, ONT.

聖アンドリュー聖公會 TEL. [illegible]
◎七月十一日(日)午前十一時半 野外禮拝
説教「神の創造」 キャノン今井
ピクニック バーリントン、ラサール公園

日系人合同教會
ドーバーコート街七〇一
◎七月十一日(日)午前十一時半
擔當長老 山崎愛晶兄
701 Dovercourt Rd. Toronto, Ont. Tel. 536-9435

トロント佛教會
◎七月十一日(日)
お盆法要
十一時朝の礼拝 渡邊文應師
午后二時日中 渡邊文應師
引續き茶話會
Toronto Buddhist Church 918 Bathurst Street
電話 五三四ー四三〇一

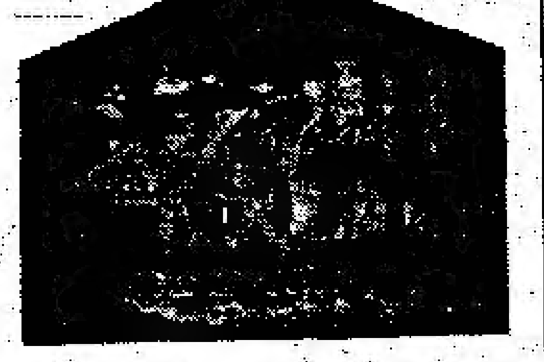
日系セブンスデー・アドベンチスト教会
□安息日學校(土) 午前九時半
□安息日禮拝(土) 午前十一時
牧師 阿嘉廣美
四九一ー六七四〇
19 Mortimer Avenue Toronto 6, Ontario

トロント天理教祭日
毎月第一日曜日午後二時から催します。一般のお方のご参拝を歓迎致します。
天理教カナダ教会
會長 大倉トミ
160 Gracefield Ave., Toronto, Ont. M6L 1L5 Phone 247-9791

トロント日蓮佛教會
毎月第一日曜日午後二時
バッサー街五
電話四六三ー八一六三
[illegible]

浅田醫師
カイロプラクター 電話で予約して下さい（トロント）六五一ー八〇六〇
（宅）六二一ー一九八九
723A St. Clair Ave W. ½ block W. of Christie

花 ご注文
ハイランド花屋
店主 ジョン小野寺
HYLAND FLOWERS
640 Eglinton Ave. W. Toronto, Ont.
Phone [illegible]



パラマウント ギフト・ショップ
○日本食品一般
婚礼及び土産品各種いたします。
トロント市ダンフォース街七三三
電話店四六三ー三四二六
家四六九ー〇五九三

辯護士 鬼塚敏三（クインズ・カウンシル）
事務所 トロント市ユニバーシティ街四二五 六一五号室
電話三六三ー五〇〇二
自宅四九三ー二四五七
◎一切の法律事務に應じますから御相談下さい

コリア・ハウス レストラント
午前十一時から夜の十一時まで毎日開店
○ビール・ワインなど酒のライセンスも受けました
○皆様のお出でをお待ちしております。カン國料理
666 Bloor St., W. Toronto, Ont. Phone 536-8666

GINZA RESTAURANT
5180 Dundas Street West, Islington, Ontario
Tel. 231-4000
銀座レストラン
すきやき、鐵板焼き
その他日本食
營業時間ー月曜から土曜まで午前十一時から午後九時まで
日曜は午後五時から九時まで
電話 二三一ー四〇〇〇

AUTHENTIC JAPANESE DISHES
"MICHI" RESTAURANT
459 CHURCH STREET, PHONE 924-1303
328 QUEEN ST. WEST, PHONE 863-9519
TORONTO, ONTARIO

日本料理 みち
◎チャーチ店
チャーチ街四五九
電話九二四ー一三〇三
◎クイーン店
西クイーン街三二八
電話八六三ー九五一九
（クイーン街だけ月曜休み）

創立七十周年を祝い

卒業式は盛大に終る

晩市日本語學校の記念行事

〔晩市〕晩市日本語學校は一九〇六年七月十五日に開校、日本國民學校の名のもとに發足して以來、今年七月十五日で滿七〇周年を迎えるので去る六月二十日祝賀式が同校で行われた。

矢野先生司会、小村總領事代理星野領事を始め、來賓を紹介、オーカナダ、君が代齊唱で、數田委員長が挨拶。創立七〇周年の昔をしのび八〇年、九〇年前にカナダに上陸した人達の苦勞を想い起―當時の人種差別、一日の収入十時間働らいて一弗前後、その些細な金を集め寄付して建てた校舎。七〇年の長きに亙って苦勞した多くの諸先生、默默として之を支えてきた幾千の故人の霊に對し深甚なる感謝の意を表して一分間の默禱を捧げた。

續いて佐藤名譽校長の祝辭「七〇年の歩みに就て」學友會代表ドクター番野より各方面からの祝電披露があつて祝賀式。

次に卒業式に移り、金澤校長より九名の卒業生に卒業証明書を渡し、握手を交して生徒達の長年に亘る勤勉の勞をねぎらい彼等の前途を祝福した。小村總領事代理の星野領事、日系市協代表堀内會長、ビーシー州教育振興会曽我會長諸氏の祝辭、續いて卒業生一人づつが上手な日本語で先生と兩親に心からの禮をのべた金澤校長より謝辞をのべ今後尚一層勉強するよう勵ましの言葉があつた。尚祝賀式及び卒業式に對し祝電、祝儀、花輪などに感謝し、今後の協力と支援を願つた日本旅行引率者西村先生からは研修旅行聞につき説明したのち卒業生は螢の光の歌に送られ退場、卒業式を終つた。

學習發表会は可愛い一年生の歌やゆうぎから始まり上級生の劇など万場の拍手の中に閉会。茶菓の接待あり、生徒保護者一般会衆が交歓した。

本年の卒業生は左の通り（音順）荒武直美、藤原晴美、牛駒榮子、園領千鶴子、三田村和夫、西健夫、西悟、與間保、柴田みどり。

永久の恥を免がれた

ブリュイン議員が投書で指摘

トロント朝刊紙『グローブ・アンド・メール』紙七月一日紙上、讀者らんにアンドリュー・ブリュウイン國会議員（新民主黨トロント・グリンウッド區選出）の『あの時点におけるナンバー（感情）』と題した次のような投書が掲載されている。

貴紙六月二十二日に掲載された投書『あの時代の感情』を讀みましたが、投書者は眞珠灣攻撃が急激であつたため、カナダの日系人に對する第二次大戰中の取り扱いは當然であつたというように述べている。

六月十二日の日系人史に關する書評は戰時中日系カナダ人がインターンされたり、財産を没收されたりひどい目に遭つたことを指摘しなかつたのではなく、戰後、約一万五千人の日系カナダ人全部を日本に送り返えそうと企てたのは全く人種的理由以外になかつたことに少しも觸れなかつたことは殘念という他ない。

全日系人（大部分はカナダ生れ）追放という不當な法案は志しあるカナダ人によつて政府に強くアピールし、裁判になつてはじめて立法化が阻止されるにいたつたのであつた。これこそカナダが永久に消し得ない人種差別法の實施から救つたことである。

この事實は忘れるべきでなく、ごまかされるべきものではない『敵國人ではなかつた』の著者足立ケンにすべてのカナダ人は感謝すべきである。

日本の若い女性を警戒

吟舞家二人を厳重取り調べる

如月クラブ詩吟部主催の宗家雨宮國風師一行の吟詠吟舞及びビッ大会は日系文化会館で行われ、二百余人の聴衆を樂しませた。一行はカナダの航空ストのためバアフロ空港に夜半到着。雨宮師一行はカナダ入りというので厳重取調べを移民官からうけた。

雨宮氏夫妻は年令のためか、カナダ移民官の取調べもごく簡單に濟んだが、同伴の吟舞家、大舘邦光さんと平松邦萩さんは年若い女性とあつて、調べがきびしく、オタワ當局から入國許可の電話があるまで一時間半、やつと入國を許されて未明に出迎えの林初太郎氏のドライブでトロントにつくという始末だつた。

五輪大會を目前に控え、とくに外國からの若い女性の入國には眼を光らせていることが如實に示されたケースである。

矢倉治子さん ドクター學位

〔バーノン〕當市在住の矢倉幸利氏夫妻の息女フローレンス治子さんはこのほどビーシー大學医學部を卒業奬學金をうけてめでたくドクターの學位を得た。矢倉さんは一九七〇年エドモントン大學で醫學研究科を卒業後、更にビーシー大學に學んでドクターとなつたもので、新西院ロイヤル・コロンビア病院でインターンをしている。

ソーシャル カード發給

〔オタワ〕去る七月一日からソーシアル・インシュアランス・カード發給が嚴重化された。（既報）カナダ市民であるかを証據立てることが、このカード申請に際して必要である。舊カードを紛失したとか、姓名變更などの理由で申請する場合も同樣、身許を證明するカードが必要である。

日本庭園で盆踊り

レ市便り

〔レーモンド〕ア州レスブリッジ本派佛教會では盆法要を次の通り行う。なお今回はハワイからの團体参詣者があり、またエドモントンから宮城島夫人引率で約二十人の日系婦人らが参詣盆踊りにも加わるはず。

△七月十一日（日）午前十一時レスブリッジ墓地参拜△午後二時本派佛教会で盆法要、△午後四時おとき接待△午後六時半より日加友好庭園で盆踊り。一般の参加歓迎。

ト市日系 ガーデンクラブ

ト市日系ガーデンクラブでは今月の催しを次の通り行う。

△菊の育て方研究会が七月八日（木）午後八時より。

△朝顔の苗分配と育て方研究会が七月十三日（火）午後八時より。場所は何れも日光ガーデン。会員はもとより一般を歓迎。

なおワシントン觀光後、歸市するのは九月六日夜九時となつた。

熊本縣人会野遊会

ト市熊本縣人会では來る十八日（日）ハイ・パーク第三號地でピクニックを行う會員家族一弗五十仙、個人七十五仙。なお同會二十五周年記念品を配布するし、高齢者には縣知事よりの記念品を配布する。

○近畿大學助教授、渡邊文磨氏（前開教使）は六年ぶりにトロントにもどり、約一ケ月滯在して哲學博士論文を完了して歸國することになつている。小財新九郎氏に伴われ、來社あいさつを行つた。

死亡

△晩市ゼネラル病院で五月二十八日、今井ゴードン牧師夫妻息女スーザン・エミ子さん（一六）が死去。六月二日晩市日系合同教会で別杉及びハウス兩牧師により告別式を行い、マウンテンビュー墓地で埋葬した。

△ニューデンバーの小林順氏は六月二十三日心臟マヒで急死、二十六日同地セント・ステイブン教会堂でステイナー牧師により葬儀を行い、墓地に埋葬した。

△晩市の有力實業家として活躍中であつた小林勘三郎氏（六一）は六月十一日同地病院で脳溢血で死去、十四日佛教会で告別式を行い十五日マウンテンビュー墓地で火葬した。

求 鉄板焼き、コック又は見習い、無經驗者でもよい。ウエートレス・バートタイムまたはフルタイム
電話九六四―三八六八
田中オブ東京

貿易会社 古屋 楽通社
TEL: 366-5451 460 DUNDAS ST. WEST TORONTO TEL: 363-0655

古屋訪日便

出發	歸加
七月一二日	八月一七日
七月一六日	八月六日
七月三〇日	八月二〇日
九月三日	九月二四日
十月八日	十月二九日
十月一〇日	十一月七・日
十一月五日	十一月二六日
十二月一七日	一月七日

その他チャーターグループ便はお問合せ下さい。

旅行予約はアイ・エー・タイ・エー公認・オンタリオ州政府登録済みの當社を御利用下さい。

またも古屋で
スキヤキ肉スペッシャル!!
七月十七日(土)
一ポンド定價二弗五十仙
特價一弗七十五仙

七月十七日一日に限り特價いたします。一口五ポンドまで。夏場で配達はできませんのでご來店の上お求め下さい。夏のバーベキュー、焼肉には是非フルヤのスキヤキ肉を。

なお三日間予定していましたカニの安賣りは初日で賣り切れましたことをおわびいたします。次回は早目にご來店下さい。フレッシュな生鮭も入荷。

Nikko sukiyaki 日光
japanese restaurant/tavern
460 DUNDAS STREET WEST,
TORONTO, ONTARIO
TEL. 366-2164

各種パーティ

營業時間 月―金曜 正午から十二時迄
土曜日 四時から十二時迄
日曜日 四時から十時迄

健康談義

老化防止に役立つ豆類

梅月生

〝天寿〟を全うして——といえる高齢を保ち極めて達者であつた故清水吉次翁から「大豆の水煮」というものを教えてもらつたことがある。もう十何年も前のことであり、今でも時々これを賞味しているが、作り方は次の通りで簡単なものである。

▼大豆を一と晩(ということは七－八時間)水にかしておく。

▼翌朝、そのまま火にかけ、ふつとうしたら水を注ぎ、またふつとうさして、それをもう一度繰返す。つまり三度ふきあがらせる。

▼これで半煮えになる大豆を水につけて冷やしてから水を切つておく。(冷蔵庫に入れておけば、二・三日は保存できる)

▼食べる時には少しづつ小皿にとり、醤油をちよつとかけて、おはしで一つぶづつつまみ(これは清水さんが特に目つたこと)よくかんで食べる。レモンを少ししぼりかけると風味が増す。(お好みの人は味の素を少し振りかけてもよかろう。)

×

今頃になつて、こんなことをまた書いたのは、人間医学誌に、「豆類にも多い老化防止のシステイン」のことが出ていたので、皆さんの御参考に供する次第である。もつとも、この大豆の水煮は、夏向きの食べ物として仲々結構なものでもあるので、季節料理として推奨する次第。以下は人間医学誌の報ずるところである。

健・病の分れ目は血液の清・濁

不老長寿は洋の東西を問わず、人類最大の夢であるが、佐賀大学の藤井実教授によると、野菜や豆腐、或いは小麦ハイガに多いアミノ酸の一種「システイン」が、老化防止に大いに役立つという。

老化というのは一言でいえば、体の働きが衰えることである。心・肝・肺・腎などの臓器や血管・ホルモン・神経系などの外界からの刺激にたいする反応が弱くなることである。ところが細胞やその寄り集まりである組織はすべて血管によつて支配されている。ということは、その中を流れている血液の良し悪しによつて、養われている細胞や臓器は丈夫にもなれば、老化が進むことにもなる。つまり健病のわかれ目は、血液の清濁にかかつているということである。

ところで、老化を促進する物質にフリー・ラジカルという有害物質がある。これは体の中で、コレステロールを低下させる不飽和脂肪酸を酸化させて老化物質をつくつたり、呼吸に重要な役割を果たしている酵素の働きを阻害する。さらに細胞自体の働きをさまたげる色々の物質をつくり出したりする。そのため細胞が変質して組織器管が弱り、疾病を生じ、遂には死にいたることになる。

ところがアミノ酸の一種であるシステインは、この老化促進物質フリー・ラジカルと反応して、これを無毒にすると同時に、細胞の中に含まれる酵素の活性をとりもどし、その能力を回復するというのである。

藤井教授の分セキによると、システインは野菜に多く、特にセロリやネギ「白色部」に多い。緑色野菜にもふくまれるが、白色野菜に多かつたのは以外だつたという。しかし緑色野菜には葉緑素・カルシウム・ビタミン・シーなど大切な栄養分が多く、白色・緑色野菜をとりまぜて食べる事が一層効果を増すといえる。

また大豆やエンドウなど豆類にもシステインは多くふくまれている。そのままの状態でもかなり含まれているが、これはモヤシにして食べると、その価値は数倍にハネ上がるという。もう一つ、豆類より更に多くふくむのは小麦ハイ芽で、ふつうの野菜の数倍から数十倍にも及ぶ大量のシステインを含んでいるという。これにはビタミン・イーも多く、これが抗酸化剤として、老化を促す過酸化物の発生を抑えている点も見のがせない。小麦ハイ芽は老化防止の第一級品といつてよい。

肝臓を保護し強化する

酒ののみすぎは肝臓を弱らせ、有害な中間代謝物を心臓や大脳などに持ちこみ老化を一層早めることになるが、システインはこれらの有害物質を無毒化し、血液を清める効果があるという。実験動物にアルコールが完全に分解されないときにできる有害物質を与えると肝臓に、この有害物質が多量にたまるが、システインを与えた動物にはこの有害物質は殆んどみつからなかつた。つまりシステインはアルコールの解毒を助けるのである。

また人についても、アルコールを飲用する前、或はその途中でシステインを服用すると、頭痛を抑え、二日酔いを防ぐこともできるというから、昔から肝(レバー)とネギの白色部を交互にクシ刺しにして焼いた「ネギ間」で一ぱいやるのは肝臓保護、老化防止の点からも理にかなつた飲み方であつたわけだ。さらに現代栄養学でいうような動物タン白中心の酒のサカナをやめ、野菜とくにモヤシやセロリ、豆類、或は小麦ハイ芽を用いた料理をサカナにのめば酒毒を少なくし、酒を一層〝百薬の長〟たらしめることができるだろうといえる。

心と身体の十八訓

これは「キリスト新聞」の「立琴らん」に出ている横浜訓盲院理事長・今村幾太氏の自訓である。

×

人は常に心身両面でバランスのとれた生活をすることが大切であるといわれている。そこで老生が八十四歳のとき、自分自身で保有し残存している体力と精神力を自省し、自測して、可能と思われることをまとめてみたものが〝心と身体の十八訓〟である。これはあくまでも老生自身のための自律項目であつて、他に示す範としたり、周囲のものに要望したりするものではない。

自立・心の生活

①自然にして質素の生活

②まがなひまがな聖書を精読。

③まがなひまがな大牧師の説教集を精読。

④事毎に祈り、事毎に感謝。

⑤不正・不義・不品行を自身に許さず。

⑥自己自身のために取財蓄財を許さず。

⑦酒・タバコ等、身心に有害な物質を摂取せず。

⑧虚言(うそ)をつかず。

⑥動植物を人格的に愛護する。

自立・体力の生活

①自炊生活 自炊は朝食中食の二食。院の自室にて行ない、夕食は家庭に帰り一家団らん会食。

②室内外の掃除、整理・整頓。

③毎日(三六五日)午後五時、全身体操励行。

④毎日(三六五日)午後五時三十分よりスポーツ錬習。

⑤来客歓迎、お茶の接待、茶器類のあと片づけ。

⑥生活記録の写真撮影、現象、焼付作業。

⑦毎日(三六五日)温冷浴励行。

⑧まがなひまがな習字と毛筆の手紙書き。

⑨自動車の運転と車体掃除。

右の十八項目を書きつらね、ひととおり眺めてみると、新規のものは一項目もなく、あるいは十年、二十年、三十年、五十年、いや六十年間、常に心得、あるいは毎日無意識のうちに実行してきたものばかりといつてよいであろう。

特に、体力の生活の最後の項目、自動車の運転は、八十七歳の年がらを危ぶむ人もあるが、今年の四月、無事免許の更新にパスし、今も毎日運転をしているがたぶん全国的にも珍らしい例ではなかろうか。

しかし、法規を守り、全身全霊を注いでの運転は、野球試合における投手の緊張とむずかしさに比べれば、やさしいことである。

白石さんの〝ゴルフ人間學〟

前駐加大使近藤晋一氏を団長として七月十二、十三の両日トロントを訪れる第二回訪加親善使節団員の中に加わつている、カナダに縁のふかい白石萬寿雄氏の新著「ゴルフ人間學」と題する本を、白石さんの知友である渡邊純衛さんから借りて一読、ふかい感銘を受けた。

そのカバーには、作家の丹波文雄氏が「白石さんは私より一つ年下だが、ゴルフの上では大先輩である。私はゴルフをはじめて二三年目だが、白石さんは四〇年間もつづけている。ゴルフと人生に関しては、深くべきことが多い。……この一冊は、ゴルフと人間に関する適切な助言にあふれている。」といつており、また、有名なプロ・ゴルファーの陳清波氏も「ゴルフは精神力を強化する。……この本は、私の先輩が書いたものである。四〇年余の豊富なゴルフ歴が、強靭な精神力の尊さを教えてくれる。……」と指摘している。

白石さん自身も、この本を書きすすめるなかで「四〇年のゴルフ歴が、いかに私の人生の中で重要な位置を占めてきたか、改めて思い知らされた」とて、「人生の糧として、いかなる時にも支えとなり励ましとなつてくれたのがゴルフである。」ことを述懐している。

さほどに、この本は、世にありふれたゴルフの技を学び腕をみがくことを教えている、単なるテクニックの指導書ではなくて、その内容の書き出しにも、「まず、エチケットを覚え」とあるように、まさにゴルフを通しての人間學、人生修養の書でもあると言える。ゴルフ・クラブを握る人すべてが読んで「明鏡止水、精神の集中、邪念の排除、そして謙虚さを持つ」等々の——人間学を修める導びきとしたら、自他ともに益することが多大であるとおもう。(梅月生)

皆様の御支援深謝

ニューカナデアン

本紙の努力と奉仕を御支援下さる次の方々から御寄付を深謝申上げます

△トロントの神田富佐子さん 故夫良雄氏の記念

△ミッドウエーの宇野政乃さん 故夫儀左エ門氏の記念

△トロントの鬼崎富士太郎氏夫妻 故息勇夫さんの記念

△トロントの内片庄太氏

△ポートクレジットの田中ジョージ氏

△アルバータの無名氏

△トロントのエーエス生

△ニューデンバーの北村政栄さん トロント訪問記念

△トロントの高田マキさん

△ヴアーノンの矢倉幸利氏夫妻 息女フローレンス治子さんのピーシー大学医科卒業記念

誕生祝や友人への贈物に

ニューカナデアンを御使い下さい

購読料(前金)一年十四ドル、半年九ドル

THE NEW CANADIAN

479 Queen Street West Toronto, Ontario.

購読申込書

氏名

送先

購読料 弗同封

ニューカナデアン

THE NEW CANADIAN
479 Queen St. W.
Toronto M5V 3A9
Tel. 366-5085

Second class mail
No. 0366

毎週火・金二回發行
購読料金　半年九弗（前払）　年十四弗
カナダ・トロント市
ニューカナデアン

台灣選手の参加　五輪委は認めぬ

カナダは既定方針を變更せず

〔スイス、ルザン〕国際五輪委員会は先週末、来る十七日から始まるモントリオール五輪大會に、台灣選手が中国共和国を代表する者でないと主張する限りに於て、彼等の出場を認めるとして、いう態度は"全面的に承認し得ない"と通知してきた。

国際五輪委は、カナダがオリンピック・ゲームという名稱を、この問題が解決しなければ、使用することを認めず、更にモ市五輪大會とは無関係にすると強腰である。カナダのマクアキン外相は「台灣選手の參加を許すコースはあるはずだが、事態を明らかにするのは国際五輪委側にある」といっている。

一方台灣選手團の責任者は"カナダが五輪委の脅迫で我々を締め出すことになれば、その決定に挑戦する用意がある。第一、カナダにその権限があるわけがない"といっている。

台灣選手がゲームに參加して、メダルをうける立場になれば、その授與が拒否されることになりそうだという。しかし、カナダは台灣選手の五輪ゲーム參加の決定を變更することはしないとの態度をとっている。

米國、不參加か

モ市五輪の資格問題の波紋

〔モントリオール〕台灣選手の五輪競技出場は「中国共和国の代表選手」としては出場を認めないとするカナダ當局の態度と、国際五輪委がモントリオール五輪大會と呼ぶゲームは承認しないということで、オリンピック大會ではなく、單なるモントリオール大會となるのであれば、米国は全選手の參加を拒否すると先週末カナダ側に通告してきたと同時に、国際五輪委に對し「モ市五輪大会を認めぬことをあくまで押し通すのであれば、米国はモ市に選手を派遣しないつもり」と通知した。台灣選手の資格問題は『五輪開催』に大きな暗雲を投げかけており、開会式までにこの問題をハッキリ解決しないと、有色人種国群の選手團の不參加も増大することになろう。

岡本の釋放要求

フランス航空機を乘っ取った一味がウガンダ政府を通じて明らかにした親パレスチナ分子釋放要求リスト中に、テルアビブ空港乱射事件の犯人の生き殘り「岡本公三」の名前があげられている。岡本は一九七二年七月十七日の裁判で終身刑が宣告されて、目下服役中。

辭任は遲すぎる

マーシャンの決定を英紙論評

〔モントリオール〕クベック州の有力佛語日刊紙『レデヴォア』發行者、クロード・ライアン氏はジョン・マーシャン環境大臣の辭任について『マーシャンが大臣を辭したことはクベック州におけるオタワ政府の人氣を損つけることになる。今のうちに手を打たないととんだ結果を生み出すだろう』と先週末警告した。

ライアン氏は『マーシャンは航空スト解決の條件を口實にうまく内閣から逃げ出した。彼の存在はもはやツルドー内閣にとってプラスではなくなっている。ラアング運輸相を居殘りさせたことは、彼が政治家としての力倆があることを首相が認めているからである』といっている。

首相は長年の政友であるマーシャンの辭任を"殘念ながら受理した"と發表した。（トロントの朝刊兩紙は社説とコラムリストの論評で『マーシャンのような大臣はもっと早くクビにした方がツルドー内閣のためになったにちがいない』と書いている。

イスラエルの奇襲部隊　全人質を空港より救出

〔テルアヴイヴ〕ウガンダのカンパラ付近の空港に人質として舊空港待合室に軟禁されていた百余人（主にジュイッシュ系人）のエアフランス機乘客をイスラエル奇襲隊が三機に分乘、カンパラ空港に着陸、約四十分闘後、人質全員を救出しテルアヴィヴに去る日曜歸着した。

イスラエルのこの予期しないカンパラ空港奇襲で、二十數名のウガンダ軍人が殺され、三十數名が負傷、アラブ・ゲリラ七名も殺された。同空港にあったウガンダの空軍戦闘機七機、舊式軍用機四機ほか民間機數機が破壊されるなど、奇襲隊の用意周到な攻撃作戦であったという。

人質から解放された百余人はテルアヴィヴ空港に出迎えた近親及び親族や知人數百人の歡呼と再会感激の涙をたがいに流し会うシーンをくり返えした。ウガンダのアミン大統領の面目は丸つぶれで、国連に『ウガンダ侵略』とし強く抗議申入れを行うといっている。

ペルー国　戒嚴令

〔ペルー、リマ〕ペルー国の首都リマ市下町は去る一日強震に見舞れた跡のように各商店及び住宅の窓ガラスが破損され、放火して燃えつづけ、バスは投石されて破壊された。數百人のデモが市街にあふれ『軍事政權くたばれ、サラリーを上げよ』と絶叫してまわった。

ペルー軍事政權は先週、増税、公共運輸機關の乘車券値上げ、電話、電氣及びガソリンの値上げを發表、市民たちによるデモとなった。政府はこの事態に對處するため全国に戒嚴令を布告した。

武装軍隊が街角や公共建物を警備し、禁足令を無視して街上に姿をあらわす者は直ちに射殺せよ、との嚴令をうけている。ペルーではこのほど通貨の平價切り下げを行ってインフレに對抗したが、物價は依然として上昇している。

スペイン首相辭任

民主化に拍車

〔マドリッド〕スペインの急速な民主化の妨害者とみなされている故獨裁王フランコ將軍時代の生き殘り政治家カーロス・アリアス・ナバロ首相（六七）の辭表を先週末、ワン・カーロス国王が受諾した。カーロス国王はナバロ首相の政治に對して不滿で、辭任を勸告したものとの見方が有力である。憲法によると、首相が辭任すれば十九名の全閣僚も連袂辭任することになり、新内閣の組織となるわけだが、その中継的役割として第一副大統領が首班に任命される。

無改造の新記録

三木内閣が六月末で五七〇日

〔東京時事〕一昨年の十二月九日に三木内閣が發足してから、六月三〇日で通算五七〇日。改造のなかった内閣としては、第五次吉田内閣の五六九日を除いて戰後最長の記録となった。

『解散、改造をやろうとしてもできない非力な内閣』との批判がある一方、行政サイドからみればむしろ望ましい姿に近いとの考えもある。

井出官房長官（三木派）は『今まで短かすぎた。現内閣は予算を二度やった。行政をマスターするには、これぐらいやるのがいい』と行政サイドでのメリットを強調。

また長い内閣参事官生活を經た梅本内閣官房副長官は『各省にとっては、大臣に内容を覚えてもらったところで替わられると、仕事に一貫性が出ない。大臣にとっても、自分の政策を出すには自分で予算を編成しなければならないので、二三年やるべきではないか、解散、改造のなかった三木内閣には一應メリットはあった』と行政官としての立場からこれを評價している。

三木内閣支持　一〇%も上る

〔東京〕時事通信社がこのほど四日間にわたり、全国の成年男女二千人を対象に三木内閣および政黨の支持率などの世論調査を実施した。それによると、三木内閣の支持率は五月の二二・六%から三二・二%へと一〇%近くもハネ上がり、十カ月ぶりに三〇%台を記録した。政黨支持率は自民二四・六%、社會一一・五%、公明三・八%、共產二・二%、民社一・一%の順。

種痘済み證明カード　七月から日本で廢止

〇…厚生省は日本への入国者すべてに求めていた天然痘（スモール・ボックス）の国際予防接種証明書（バクシネイション）を、エチオピアやバングラデシュに立ち寄った旅行者に限って提示を要求することになり、七月十一日をメドに實施にふみ切る。

〇…またこれと同時に海外への旅行者に實施してきた種痘も行く先によっては廢止されることになった。これは世界保健機構の『天然痘絶滅作戰』がかなりの成果をあげているため。これによってグアム島やハワイへの旅行者、あるいは歐米へ行くビジネスマンは出發前のわずらわしい種痘から解放されることになる。（時事）

客引き合戰

〔晩市〕昨年觀光關係で年間九億弗の収益をあげたビーシー州であるが、今年はそれを上回ることは殆んど不可能に近いという折柄夏シーズンの觀光客めざして晩市に四三〇室、二千五百万弗の新ホテルがオープンした。ホテル業者は「ルームがありあまる狀態」と浮かぬ表情である。

人間居住会議でひと儲けした各ホテルは、その會議がすんだ今日、夏の觀光客の奪い合いが激烈化することを覺悟している。その上四三〇室の新ホテルが完成開業したことで「客引き合戰」が展開すること必至である。